



Páginas para pais:

## **Problemas na criança e no adolescente**

### **3.1 Problemas de comportamento na criança e no adolescente**

#### **Introdução**

A criança manifesta os sentimentos face ao mundo que a rodeia através do seu comportamento: reage negativamente se é frustrada mas aprende ao longo do desenvolvimento a comportar-se de forma socialmente adequada. Neste processo o papel e encorajamento dos pais, educadores e professores, é fundamental.

A maioria das crianças aprende rapidamente mas é também normal as crianças “portarem-se mal”.

Fazer birras, reagir agressivamente, desobedecer, etc., dentro de certos limites e em certas idades não é preocupante (por exemplo é normal uma criança fazer birras e descontrolar-se aos 2-3 anos mas se tal acontece sistematicamente num pré-adolescente a situação já não é de todo adequada).

#### **O que são os problemas de comportamento na criança e adolescente?**

Os problemas de comportamento podem surgir em qualquer idade e frequentemente começam cedo.

Os comportamentos de oposição e desafio, por exemplo, são frequentes na idade pré-escolar mas atingem por vezes grandes proporções (grandes birras, bater, morder, dar pontapés, partir objetos).

Ao longo do desenvolvimento os comportamentos desajustados vão-se também modificando, tornando-se progressivamente mais violentos. Passam a incluir mentiras, furtos, fugas, a recusa das regras estabelecidas e comportamentos de risco anti-sociais (faltas ou abandono escolar, consumos de tóxicos, relações sexuais não protegidas, crueldade para pessoas ou animais, participação em assaltos, atos de vandalismo, etc.).

São sinais de alerta para o desenvolvimento destas perturbações:

- comportamentos muito fora do normal que ultrapassam seriamente as regras aceites na família e na comunidade (diferente de uma "criança que se porta mal" ou um "adolescente rebelde");
- estes comportamentos mantêm-se de forma contínua durante meses ou anos;
- as perturbações interferem no desenvolvimento da criança e na sua integração e funcionamento familiar, escolar e noutras atividades.

### **Quais as causas destes problemas?**

Existem características da criança que a colocam em risco para o desenvolvimento destes problemas:

- crianças com temperamento difícil, hipersensíveis, irrequietas, impulsivas, com dificuldade de auto-controlo e em se adaptarem a situações novas;
- crianças com dificuldades de aprendizagem;
- crianças desvalorizadas, deprimidas e com o sentimento de não serem amadas;
- crianças ameaçadas ou vítimas de maus-tratos.

- Por outro lado, também fatores familiares podem propiciar ou agravar estas situações:
- formas de educação e disciplina inadequadas tais como: não valorizar os bons comportamentos e criticar excessivamente os comportamentos desajustados, não estabelecer claramente regras e limites e ser demasiado flexível quanto ao seu (in)cumprimento, não controlar suficientemente a criança, etc.
- pais deprimidos, com outras doenças ou sobrecarregados e exaustos, sem apoio da família alargada;
- ambiente familiar conflituoso, violento ou situações de rutura familiar.

Também a nível escolar existem fatores de risco que tendem a agravar estes sintomas:

- más condições físicas da escola;
- excessivo número de alunos por professor;
- fraca disponibilidade e motivação dos professores;
- fraco incentivo às competências da criança e adolescente.

Finalmente a existência de fatores sócio-comunitários adversos também contribui para o desenvolvimento destas situações (em particular quando vários destes fatores se associam):

- pobreza;
- desemprego;
- sobrepopulação do domicílio;
- viver num bairro violento e inseguro.

### **Quais as consequências destes problemas?**

Estes comportamentos constituem um forte motivo de preocupação para as famílias, a escola e outros meios onde a criança está inserida.

- estas crianças e jovens têm com frequência dificuldade em fazer amigos e integrar-se nos grupos da sua idade; muitas vezes ligam-se a grupos com comportamentos de risco o que contribui para agravar os seus problemas;
- embora tenham normalmente um nível intelectual normal, o seu rendimento escolar tende a ser fraco e há grande risco de insucesso e abandono escolar;
- muitas vezes existe também um sentimento de mal estar intenso e uma desvalorização, dos quais se defendem culpando os outros pelos seus problemas.

Globalmente a integração social destes jovens corre um sério risco e, sem ajuda, têm grande dificuldade em ultrapassar os seus problemas.

### **Como podem ser prevenidos ou diminuídos estes problemas?**

É importante salientar que estas situações se vão "construindo" ao longo do tempo e que é fundamental intervir precocemente para obter melhores resultados.

A prevenção é de longe a intervenção mais eficaz!

Como recomendações gerais aos pais, sugere-se que:

- sejam pais próximos, dispostos a brincar, entender e ajudar a criança, mas simultaneamente capazes de impor regras com autoridade, o que dá segurança à criança;
- mais do que darem conselhos, deem o exemplo;
- estabeleçam regras claras e consistentes assim como as consequências resultantes da quebra desses limites;
- organizem tempo com disponibilidade, afecto e diálogo para com os filhos, desde os primeiros tempos de vida e ao longo do desenvolvimento; assim poderão conhecê-los em profundidade e compreender as suas necessidades, capacidades e fragilidades;

- proteger e estimular a criança, de forma adequada às suas características e idade;
- estimulá-la a pensar e falar do que sente em alternativa a descarregar a sua irritação e o seu mal estar através do comportamento;
- encontrar formas de “negociar” e chegar a um acordo com ela em situações de conflito, incentivando-a assim a desenvolver estratégias de resolução de conflitos;
- valorizar o bom comportamento e os esforços da criança para melhorar;
- controlar e supervisionar a criança: saber onde ela está, com quem e a fazer o quê;
- chegar a acordo com o companheiro(a) quanto à forma de educar a criança e quanto às regras a estabelecer;
- manter-se em contacto com a escola ou jardim de infância, trabalhando em conjunto com os professores e educadores para melhorar o desenvolvimento e a integração da criança.

### Onde e quando procurar ajuda?

Se surgirem os sinais de alerta atrás referidos e estes se mantiverem por mais de três meses, consulte o seu médico de família. Ele saberá ajudá-lo e, se necessário, orientá-lo-á para a consulta de saúde mental infantil e juvenil da sua área de residência.

Nesta consulta será avaliada a situação específica do seu filho(a), os fatores que contribuem para o problema e serão propostas as intervenções necessárias.